

همیشه

حافظ از دست سده دولت این کشتی نوح
وزنه طوفان حوادث ببرد بنیاد

صفحه آخر

www.hamshahronline.ir
www.hamshahronline.ir

دفتر مرکزی: تهران، خیابان ولیعصر (عج)، کوچه شهید سید کمال قریبی، شماره ۱۴
کدپستی: ۱۹۶۶۶-۲۵۹۵۶ | تهران، صندوق پستی ۱۹۳۹۵/۵۲۴۶
تلفن: ۲۲۰۳۳۰۰۰، ۲۲۰۳۳۰۰ | شماره: ۲۲۰۴۰۶۰۶

پدیرش آگهی: ۸۳۲۲۱۰۰۰
چاپ: همشهری
تلفن: ۴۸۰۷۰۰۰۰

ایرانشهر:
مدیر: مهرداد عباسی
تدوین: سیدرضا
مدیر: سعید محمدی
مدیر: مریم سرخوش
مدیر: جواد عزیز
مدیر: محمد جعفری
مدیر: ساسان شادمان
مدیر: زهرا حاجی
مدیر: محمد باریکاتی

سیاسی و دیپلماتیک:
مدیر: حسین ارغلو
مدیر: علی تریبی
مدیر: سیمین برادران
مدیر: مریم باقریور
مدیر: محسن امین
مدیر: مریم موسی پور

صاحب امتیاز:
مؤسسه همشهری
مدیر: مسئول: مجسن موهیدیان
مدیر: دانیال معمار
مدیر: تحریریه: مهدی علویور
مدیر: معاونان: سردبیر:
شهرام فرهنگ، علی عمادی
شاهین امین، حامد فوقانی
پروانه پیررام نژاد
مدیر: فنی: حامد یزدانی
مدیر: هنری: مهدی سلامی
مدیر: عکس: امیر پناهپور



مورگان فریمین
بازیگر، کارگردان، تهیه کننده
(اژدها ۱۹۳۷-)

آقای بازیگر

گرچه مدت ها بازیگر تئاتر و تلویزیون بود، خیلی دیر در سینما به شهرت رسید؛ وقتی ۴۰ سالگی را رد کرده بود. مورگان فریمین ۱۰۳ فیلم بازی کرده و برایشان ۴ بار نامزد دریافت اسکار شده است. یکبار هم برای فیلم «محبوب میلیون دلاری» آن را برد. «استگاری در شاتوشنگ»، «بایخشوده»، «افتخار» و «راندگی برای خاتم دیزی» را بهترین فیلم هایش می داند و حرف های جالبی درباره فیلم ها و بازیگری زده که خوانندشان خالی از لطف نیست:



- فیلم بازی کردن یعنی زندگی کردن.
- آیا فیلمی هست که من فکر می کنم به خاطرش لیاقت جایزه اسکار داشته باشم؟ آره، همه فیلم هایم!
- از نقش اول نمی ترسم، در آنها بهترم. فشاری احساس نمی کنم. اصلا برای همین به دنیا آمده ام.
- همه عمر با خودم زندگی می کنم. تمام وجودم را می شناسم. وقتی فیلم خودم را نگاه می کنم، تنها چیزی که می بینم خودم هستم. تماشای بازی خودم برایم دشوار است. به نظرم کسل کننده می آید.



چون اصولا نه پدرها و نه حتی پسرها از سرویس کردن کولر گازی سر در نمی آورند - و یک قطعه را تعویض کنید تا کولر بعد از چند وقت کار نکند نسوزد و کلی خرج روی دستتان نگذارد. از ما می شنوید، چه کولر آبی دارید و چه گازی همین امروز و فردا که هوا هنوز خیلی گرم نشده، دست به کار شوید و سرویس کولرها را بگذارید برای یک ظهر جمعه گرم.



غرق در شیرینی زندگی

روز جهانی بزرگداشت والدین، فرصت خوبی برای پرسیدن این سؤال است که چرا انسان ها دوست دارند بچه دار شوند

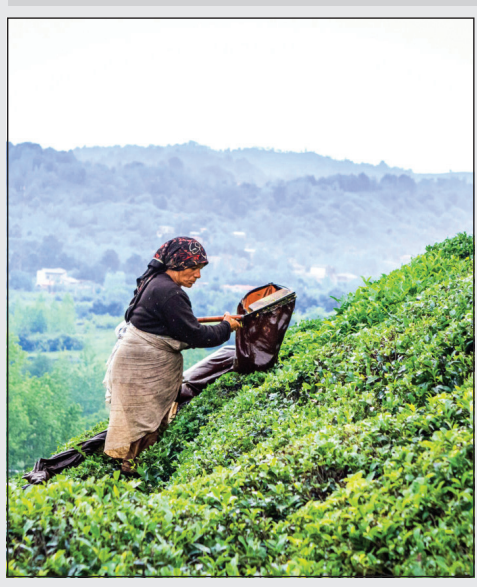
رشد بچه ها، منبعی از غرور و شگفتی پایان ناپذیر است. از نخستین خنده و قدم هایشان گرفته تا فراتر از آن، هر دستاورد کودکان، قلب والدین را با عشق و محبت پر می کند. **یادگیری از بچه ها:** آموزش در رابطه والد و فرزند، دوطرفه است؛ آنها چشم انداز منحصر به فرد و متفاوتی از زندگی دارند و معصومیت و کنجکاوی آنها می تواند الهام بخش والدین در زندگی باشد. **خانواده قوی:** در این یکی هیچ بحثی نیست که خانواده، وقتی جان دار و سرسخت و پر از عشق است که بچه در آن باشد. **رشد فردی:** والد بودن ضروریاتی مثل خود آگاهی و توانمندی فردی دارد. مقابله با چالش های بچه داشتن این ویژگی ها را تقویت می کند و والدین در نهایت، روز به روز پخته تر و توانمندتر می شوند. **خاطر دساز:** والد بودن پر از لحظات و خاطرات عزیز است که در سراسر عمر همان انسان خواهد بود. از تعطیلات خانوادگی گرفته تا جشن گرفتن لحظات خاص در خانواده، هر کدام از اینها می تواند یک عمر لبخند را روی لب پدرها و مادرها بیاورد. **یادگیری صبر و همدردی:** بزرگ ترین لازمه بزرگ کردن بچه، داشتن صبر و حس همدردی است. بچه ها در بزرگ شدن، کشف دنیا و یاد گرفتن هر چیز جدیدی، به همراهی و صبوری والدین شان نیاز دارند. **میراث ماندگار:** والد بودن به انسان اجازه می دهد

این گفته در سراسر دنیا صادق است که بچه ها، شیرینی زندگی هستند اما اگر از آن سو هم به ماجرا نگاه کنیم، خود بچه دار شدن هم شیرین ترین اتفاقی است که برای هر انسانی می افتد؛ البته شیرین و بسیار با مسئولیت. مادر و پدرها وقتی بچه دار می شوند، یک فداکاری و ایثار همیشگی و تمام نشدنی را آغاز می کنند و بمعنای واقعی کلمه، خود را وقف میوه های زندگی شان می کنند. این اتفاق عظیم، وقت و انرژی و سرمایه زیادی از انسان ها می برد. فداکاری انسان ها به عنوان پدر و مادر، عموما نادیده گرفته می شود و به همین خاطر است که سازمان ملل بیش از ۱۰ سال است، امروز را که اول ژوئن است، به عنوان روز جهانی والدین نامگذاری کرده تا جهان، دست کم برای یک روز هم که شده، تلاش ها و مشقت های والدین را گرامی بدارد و قدردان آنها باشد. اما واقعا چرا والدین با همه این سختی ها، همچنان می خواهند بچه دار شوند؟ اینکه بچه ها شیرینی زندگی هستند را همان اول مطرح کردیم، اما این همه ماجرا نیست. داشتن بچه، برخی احساسات و حالات را در انسان ها زنده می کند که باعث می شود از والد بودن خود احساس خوشنودی و رضایت کنند. برخی از این احساسات که فقط والدین تجربه می کنند اینها هستند: **عشق نامتناهی:** بزرگ ترین پادشاه والد بودن، تجربه عشق بدون شرط و همیشگی است. هیچ حس و بیوندی را در دنیا نمی توان با رابطه والدین و بچه هایشان مقایسه کرد. این عشق دوطرفه و در هر رابطه منحصر به فرد است. **مشاهده رشد بچه ها:** دیدن



عکس روز | چای تازه چین

اولین فصل برداشت چای در لاهیجان شروع شده و به زودی، جای مرغوب سال جدید، به خانه های ما خواهد رسید. دو چین دیگر جای، تابستانه و پاییزه هستند. عکس ها: ایرنا



خوش خبر

یاد فلسطین در شیلی



سال هاست همراهی کودکان بازیکنان فوتبال برای ورود به زمین به بازی فوتبال گره خورده است؛ در حالی که بازیکنان فوتبال برای ورود به زمین پشت سر هم ایستاده اند، دست یک کودک خندان و هیجان زده را گرفته اند و دست در دست هم وارد زمین می شوند. صحنه ای که بارها همزمان شاهدش بوده ایم. اما این بار بازیکنان تیم فوتبال با استیو شیلی در حالی وارد زمین شدند که در حرکتی نمادین دست ارواح نامرئی کودکان شهید فلسطینی را گرفتند و به زمین آوردند. موقع گرفتن عکس یادگاری دست روی شانه های بزرگ و محکم تر کش این بچه ها گذاشتند؛ بچه هایی که حالا معلوم نیست در کدام گور دست جمعی غزه آرام باشند؛ بچه هایی که شاید رویای شان این بود که یک روز از کوچه های ویران شده غزه در استادیوم های بزرگ جهان فوتبال بازی کنند و قوتیالیست شوند.

پیاده روی از بعین بدون روایت



به رسم سال های اخیر باز هم چندماه مانده به اربعین حسینی وزیر کشورمان با وزیر کشور عراق دیدار کرد و با حضور اعضای ستاد اربعین دو کشور، مقدمات این گردهمایی جهانی را برنامه ریزی کردند. مهم ترین خبر خوب این نشست این است که لغو روایت، اربعین امسال هم پایرجاست و بخشی از هزینه های زائران امام حسین علیه السلام از این طریق کاسته می شود. خودروهای حمل و نقل عمومی ایرانی هم برای کمک به میزبانان عراقی در جابه جایی زائران به عراق می روند. اما به خاطر ترافیک زیاد، خودروهای شخصی نمی توانند وارد خاک عراق شوند.

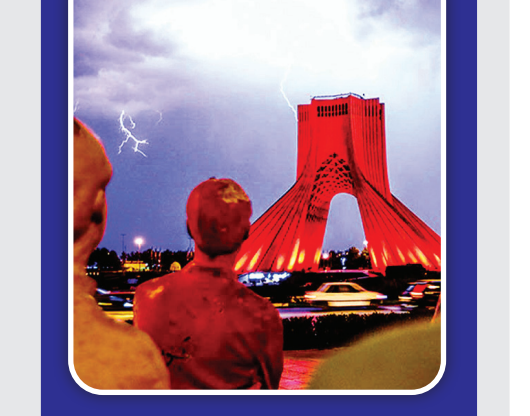
اتمام ۱۲۸ پروژه مردم یاری



احداث مدرسه، به مرت و بازسازی منازل، جفر و لایروبی احداث کشاورزی، ساخت سرویس های بهداشتی، آبرسانی به روستاها، توزیع لوازم ضروری زندگی و... اینها بخشی از اقداماتی است که نیروی زمینی سپاه پاسداران برای کمک به مردم در مناطق کمتر برخوردار کشور انجام می دهد. حالا خبر رسیده که ۱۲۸ پروژه مردم یاری و محرومیت زدایی در مناطق جنوب شرق کشور، مثل چالپار، دشتیاری، کنارک و زرآباد به بهره برداری رسیده است. در این طرح به ۶ روستا آبرسانی شده و ۵۰۰ دستگاه کولر گازی هم به نیازمندان اهدا شده است.

عکس خانه

ام اس در آزادی



برج آزادی به مناسبت روز جهانی ام اس به رنگ نارنجی درآمد.

حماسه کولر

آستین بالا زده و قصد سرویس کولر را دارید، این نکات را حتما رعایت کنید: **قبل از هر اقدامی اول دفتر چه راهنمای کولر را مطالعه کنید.** **فن کولر را بررسی کنید.** فن کولر باید به طور آزادانه بچرخد و هیچ گونه گروغبار یا مانعی بر سر راه آن نباشد. **موتور کولر را روغن کاری کنید.** روغن کاری منظم موتور کولر به عملکرد روان آن کمک می کند و از گرم شدن بیش از حد آن جلوگیری می کند. **کانال های کولر را از نظر انسداد بررسی کنید.** اگر گروغبار یا آشغال در کانال ها وجود داشته باشد، جریان هوا کاهش می یابد و باد کولر خنک نخواهد بود. **مسئله برق بسیار مهم است و باید مسیر انشعاب آن و سیم کشی را کنترل کرد تا در صورت بروز هر گونه خرابی، مشکلی ایجاد نشود.** همچنین نصب فیوز مناسب، سر راه سیم فاز برق امری ضروری است. **از ریختن آب با شیلنگ یا پارچ روی بوشال ها جدا خودداری کنید؛** چرا که این کار احتمال خطر برق گرفتگی و یا سوختن الکتروموتور را افزایش می دهد. همچنین موقع سرویس کولر برای استفاده مجدد، حتما کولر خاموش بود. **کولر را در فاصله حداقل ۲۰ سانتی متری از کف نصب کنید** و از قرار دادن روی پایه های لرزان و یا پر تنگه خودداری کنید. همچنین هنگام سرویس کولر های گازی و آبی باید به این موضوع توجه شود که امکان سقوط افراد حین سرویس کولر از لبه پشت بام، بالکن و... وجود نداشته باشد. **برای کم کردن مصرف برق توسط کولر، کفلی است یک سایه بان روی کولر نصب کنید** تا هم عمر کولر آن بیشتر شود و هم تأثیر حرارت مستقیم خورشید کاهش پیدا کند. **اگر کار سرویس کولر را به یک سرویسکار سپردید، باید باز هم حواستان به عملکرد کولر تان باشد** و اگر دیدید آب از زیر کولر چکه می کند، بی خیال از آن نگذرید و بنگارید آخر تابستان سقف بیاید باین.

تابستان به جز گرما، با خودش بوی کولر آبی و پوئال خیس می آورد. وسیله ای که ۹۰ سال در حال استراحت است و همین ۳ ماه تابستان - اگر پدرها بگذارند - قرار است خانه را خنک کند و از گرما نجات مان دهد. هر سال ظهر یک روز جمعه سرویس می شوند، پوئال هایشان عوض می شود، موتور و شناورشان چک می شود و آب که کف کولر را پر می کند، آن ۳ کلید نجات دهنده بخورد و برگردیم به ۲۰-۱۰ سال پیش. حتی پنکه هم با وجود قدمت بیشتر از نمی تواند اینطور روح تابستان را با خودش به همراه بیاورد. کولرها نازشان بیشتر از وسایل برقی دیگر مثل یخچال و فریزر در خانه است. این را پدرها خوب می دانند، برای همین بعد از چند ساعت کار کردن مداوم، آن را خاموش می کنند تا استراحت کند و بعد با اعتراض اعضای دیگر خانواده به گرما، دوباره مشغول کار می شود. درست است که این روزها چیلرها و کولر های گازی دارند جایگزین کولر های آبی رنگ قدیمی می شوند و آنها را از دور خارج می کنند، اما هنوز هم این ۳ ماه افتابی برای ما دهه پنجاه و شصتی ها با سرویس کولر و بوی پوئال آغاز می شود، در یک ظهر جمعه تابستانی.

راه انداختن کولر آبی تخصص زیادی نمی خواهد و به همین دلیل هم، پدرها خودشان می روند روی پشت بام و تا کمر در یک قطعی مکعب شکل آبی رنگ فرو می روند و کولر را سرویس می کنند. با این حال خیلی ها این روزها کار راه انداختن کولر را به سرویس کار کولر می سپارند و خودشان را به زحمتمندان می اندازند. اگر جزو کسانی هستید که خودتان

اگر کولر گازی در منزل دارید، یادتان باشد که حتی این کولر های گازی هم سرویس می خواهند و اینجوری نیست که کنترل را بردارید، یک دکمه را فشار دهید و بنشینید روی مبل تا باد بخورد به صورت تان. گاهی نیاز است یک تعمیر کار خبر کنید